



H. AYUNTAMIENTO  
CONSTITUCIONAL DE  
TLALNEPANTLA DE BAZ  
2025-2027

**Dirección Municipal  
de Protección Civil  
y Gestión Integral  
de Riesgos**



*"2025. Bicentenario de la vida municipal en el Estado de México".*

**Programa Municipal de Protección Civil y Gestión Integral de  
Riesgos**  
**Capítulo Prevención**



**SIMUPROC**  
SISTEMA MUNICIPAL DE PROTECCIÓN CIVIL  
DIRECCIÓN MUNICIPAL DE PROTECCIÓN CIVIL  
Y GESTIÓN INTEGRAL DEL RIESGO

**MANUAL DE PREVENCIÓN EN MATERIA DE  
PROTECCIÓN CIVIL**



Avenida Hidalgo y Calle Zumpango, Hab. La Romana  
Tlalnepantla de Baz, C.P. 54030, Estado de México.



H. AYUNTAMIENTO  
CONSTITUCIONAL DE  
TLALNEPANTLA DE BAZ  
2025-2027

## Dirección Municipal de Protección Civil y Gestión Integral de Riesgos



*"2025. Bicentenario de la vida municipal en el Estado de México".*

### MISIÓN

Promover en la ciudadanía de Tlalnepantla de Baz el conocimiento, la preparación y la responsabilidad compartida en materia de protección civil, mediante información clara, acciones preventivas y herramientas de autoprotección que contribuyan a salvaguardar la vida, los bienes y el entorno.



### VISIÓN

Ser un instrumento de referencia municipal que impulse una comunidad más preparada, consciente y resiliente, en la que las familias de Tlalnepantla de Baz adopten la prevención como parte de su vida cotidiana, reduciendo la vulnerabilidad ante emergencias y fortaleciendo la capacidad de respuesta de la población





*"2025. Bicentenario de la vida municipal en el Estado de México".*

## **Estructura del Manual.**

### **Contenido**

- 1) Introducción
- 2) Objetivo
- 3) Marco Normativo
- 4) Glosario (Conceptos Clave)
- 5) Identificación y Análisis de Riesgos
- 6) Fenómenos Perturbadores
- 7) Medidas de Prevención y Mitigación
- 8) Capacitación y Cultura de la Autoprotección
- 9) Medidas de Mitigación por Riesgo Específico
- 10) Medidas de Auxilio (Respuesta a la Emergencia)
- 11) Protocolo de Inclusión y Atención a Personas con Discapacidad
- 12) Recuperación y Normalización
- 13) Redes de Apoyo Comunitario y Vecinal
- 14) Mantenimiento de Instalaciones (Preventivo y Correctivo)
- 15) Protocolo de Atención a Mascotas en Emergencias





*"2025. Bicentenario de la vida municipal en el Estado de México".*

## Introducción.

Estimado Habitante del Municipio de Tlalnepantla de Baz,

La seguridad de usted y su familia es la prioridad fundamental de la administración municipal; vivir en una metrópoli dinámica y en constante crecimiento como Tlalnepantla de Baz implica convivir con una serie de riesgos naturales y antrópicos que, si no son gestionados adecuadamente, pueden convertirse en desastres.

Este Manual de Prevención de Protección Civil para Habitantes es una herramienta esencial, no solo un documento informativo, su propósito es empoderarlo a usted y a su familia, proporcionándoles el conocimiento necesario para:

- ✓ Conocer los riesgos específicos que enfrenta nuestro municipio (sismos, inundaciones, riesgos industriales, etc.).
- ✓ Prevenir y reducir la vulnerabilidad de su hogar y su entorno.
- ✓ Actuar de manera organizada, oportuna y segura ante cualquier emergencia.
- ✓ Recuperarse de forma efectiva después de un evento perturbador, promoviendo la resiliencia comunitaria.

La Protección Civil comienza en casa, ninguna autoridad puede estar en todos lados al mismo tiempo. Por ello, la respuesta inicial y más crítica ante una emergencia recae en la capacidad de autoprotección y en el Plan Familiar de Protección Civil que usted elabore con base en este manual.

Lo invitamos a leer y estudiar este documento detalladamente, al hacerlo, no solo estará cumpliendo con un deber cívico, sino que estará invirtiendo directamente en la seguridad y el bienestar de sus seres queridos.

La prevención es la mejor forma de proteger lo que más valoramos.





*"2025. Bicentenario de la vida municipal en el Estado de México".*

## **Marco Normativo**

Este Manual se emite en estricto cumplimiento y observancia de la legislación vigente en la materia, asegurando que las medidas de prevención y actuación aquí contenidas sean legalmente válidas y armonizadas con el Sistema Nacional y Estatal de Protección Civil.

El marco legal se estructura en una jerarquía que obliga a la coordinación de los tres órdenes de gobierno y establece la participación de la sociedad.

Nivel 1: Federal (Bases de la Nación)

A. Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos (CPEUM)

Establece el fundamento de la Protección Civil como una obligación del Estado para salvaguardar la vida e integridad de las personas.

Artículo 115, Fracción III: Otorga a los municipios la facultad de participar en la función de protección civil dentro de su jurisdicción, haciendo de Tlalnepantla la instancia más cercana al ciudadano para la atención de riesgos.

B. Ley General de Protección Civil (LGPC)

Es la norma rectora que define el Sistema Nacional de Protección Civil (SINAPROC) y establece los conceptos, principios e instrumentos de la Gestión Integral del Riesgo en todo el país.

Pilar: Establece que la Protección Civil es una acción solidaria, participativa y que la prevención debe ser la prioridad.

Obligación del Ciudadano: Manda la elaboración y promoción de la Cultura de Protección Civil y la participación social en las tareas preventivas y de auxilio.

Nivel 2: Estatal (Regulación del Estado de México)

A. Código Administrativo del Estado de México (Libro Sexto: De la Protección Civil)

Define las bases del Sistema de Protección Civil del Estado de México. Este cuerpo normativo es el que vincula las políticas federales con las acciones locales.

Objeto: Su objetivo es la salvaguarda de la vida, salud, integridad, patrimonio y entorno de las personas que habitan o transitan en la entidad.

B. Reglamento del Libro Sexto del Código Administrativo del Estado de México

Detalla los procedimientos y responsabilidades del Sistema Estatal, incluyendo la forma en que los municipios deben integrar sus programas y coordinarse.

Vínculo Municipal: Obliga a los Sistemas Municipales de Protección Civil (como el de Tlalnepantla) a vincular sus programas y acciones con los desarrollados a nivel estatal, garantizando una respuesta coordinada.







*"2025. Bicentenario de la vida municipal en el Estado de México".*

### C. Normas Técnicas Estatales de Protección Civil (NTE)

Son disposiciones administrativas que establecen las reglas específicas (como las relativas a simulacros, señalización y elaboración de programas internos) que deben cumplirse en el Estado de México.

### Nivel 3: Municipal (Aplicación en Tlalnepantla de Baz)

#### A. Ley Orgánica Municipal del Estado de México

Otorga a los Ayuntamientos las facultades para crear la estructura administrativa y las políticas públicas necesarias para el cumplimiento de las funciones de Protección Civil.

#### B. Bando Municipal de Tlalnepantla de Baz

Es el conjunto de normas de observancia obligatoria en todo el territorio municipal. Incluye disposiciones que obligan a los habitantes a:

Participar en simulacros.

Mantener desazolvados sus drenajes y evitar tirar basura en la vía pública (medida clave para la prevención de inundaciones).

Permitir las inspecciones de Protección Civil en caso de riesgos.

Constituir la Unidad Interna de Protección Civil en desarrollos habitacionales o condominios.



## Glosario (Conceptos Clave)

Concepto	Definición Operativa para el Ciudadano
<b>Protección Civil (PC)</b>	La acción solidaria y participativa que busca salvaguardar la vida, la salud, la integridad y el entorno de las personas, a través de la prevención, el auxilio y la recuperación ante desastres.
<b>Gestión Integral del Riesgo</b>	El proceso completo (antes, durante y después) que incluye la identificación, la reducción de riesgos (prevención y mitigación) y la preparación para la respuesta a las emergencias.
<b>Peligro (Amenaza)</b>	Fenómeno natural o provocado que tiene el potencial de causar daños (ej. un <b>Sismo</b> , una <b>Inundación</b> o un incendio industrial).
<b>Vulnerabilidad</b>	La susceptibilidad o el grado de exposición de una persona, familia o infraestructura a ser dañada por un peligro (ej. vivir en una casa sin refuerzos o en una zona de riesgo de inundación).
<b>Riesgo</b>	La probabilidad de que un peligro se convierta en un desastre debido a la vulnerabilidad. Es el resultado de la interacción entre peligro y vulnerabilidad.
<b>Prevención</b>	Acciones destinadas a evitar o reducir el riesgo antes de que ocurra un peligro (ej. realizar simulacros, no construir en zonas de riesgo, asegurar objetos).



*"2025. Bicentenario de la vida municipal en el Estado de México".*

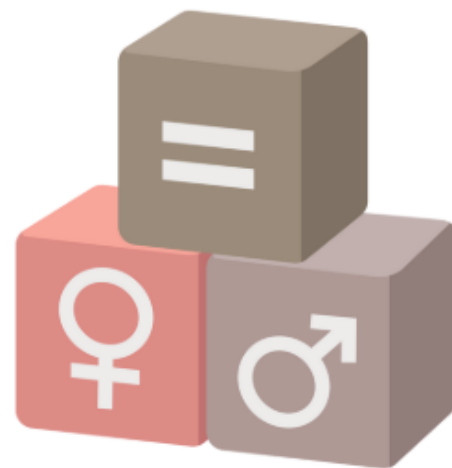
Concepto	Definición Operativa para el Ciudadano
Mitigación	Acciones destinadas a reducir la magnitud de los daños que podría causar un fenómeno perturbador (ej. reforzar la estructura de una casa o limpiar drenajes).
Alerta Temprana	La información oportuna y eficaz emitida por las autoridades para que los ciudadanos expuestos a una amenaza (como un sismo o una tormenta intensa) puedan tomar acciones preventivas inmediatas.
Auxilio	Las acciones realizadas durante la emergencia para salvaguardar la vida, como el rescate, la evacuación y la atención pre hospitalaria.
Evacuación	El movimiento organizado de personas desde una zona de peligro inminente hacia un lugar seguro ( <b>Punto de Reunión</b> o <b>Albergue Temporal</b> ).
Repliegue	La acción de moverse a una zona de menor riesgo dentro de la propia instalación o vivienda (ej. ubicarse en el Triángulo de la Vida o junto a una columna durante un sismo).
Punto de Reunión	Lugar predefinido, abierto y seguro al que deben dirigirse los miembros de una familia o comunidad después de una evacuación, para verificar su estado.
Albergue Temporal	Instalación acondicionada por la autoridad municipal para proporcionar alojamiento, alimentación y asistencia a la población afectada por un desastre.
Resiliencia	La capacidad de una comunidad, familia o persona para resistir, absorber, adaptarse y recuperarse de manera rápida y efectiva de los efectos de una emergencia.
Plan Familiar de PC	Instrumento de autoprotección obligatorio y escrito, diseñado por cada familia de Tlalnepantla, que define las responsabilidades, rutas de evacuación y los protocolos de actuación ante diferentes riesgos.

## Análisis de Equidad de Género e Inclusión en el Manual

### 1. Principio de Lenguaje Incluyente y No Sexista

Acción: Asegurar que la redacción utilice términos neutros, desdoblamientos cuando sea necesario, o el uso de genéricos que incluyan ambos géneros, evitando el uso exclusivo del masculino genérico para referirse a la población.

Ejemplo actual: En lugar de usar repetidamente "El habitante", usar "la persona habitante", "la ciudadanía", "las familias tlalnepantlenses".





*"2025. Bicentenario de la vida municipal en el Estado de México".*

Revisión: Asegurar que en la asignación de roles ("El responsable de la llave de gas") no se asuma implícitamente que solo los hombres realizan ciertas tareas de seguridad o fuerza. Los roles deben ser asignados por capacidad, no por género.

## 2. Reconocimiento de Roles y Capacidades

Análisis: Históricamente, en la PC, los roles de "auxilio" y "liderazgo" se han asignado a hombres, y los roles de "cuidado" (alimentos, ropa) a mujeres.

Acción en el PFPC (Capítulo III): Subrayar que la asignación de responsabilidades dentro del Plan Familiar de Protección Civil (cerrar suministros, tomar la Mochila, cuidar a la mascota o niños, asistir a PCD) debe basarse en las habilidades y disponibilidad de cada miembro de la familia, sin distinción de género.

## 3. Consideración de Vulnerabilidades Diferenciadas

Es esencial reconocer que las mujeres, las niñas, la población LGBTIQ+ y otros grupos pueden enfrentar vulnerabilidades específicas durante y después de un desastre.

## Identificación y Análisis de Riesgos en Tlalnepantla

El primer paso para la prevención es conocer los peligros que pueden afectar nuestro municipio. Tlalnepantla de Baz está expuesto a una combinación de fenómenos naturales y riesgos generados por la actividad humana.

### Cartografía y Zonas de Riesgo del Municipio

Aunque la totalidad del municipio está sujeta a riesgo sísmico, la vulnerabilidad se incrementa en zonas específicas. Los habitantes deben identificar si su colonia se encuentra en alguna de las siguientes categorías de alta exposición:



Tipo de Riesgo	Zonas Típicamente Afectadas	Factor de Vulnerabilidad
<b>Geológico (Deslizamientos)</b>	Laderas y asentamientos en la Sierra de Guadalupe (Lomas de San Juan Ixhuatpec, Caracoles, Acueducto de Guadalupe).	Pendientes pronunciadas, deforestación, reblandecimiento por fugas de agua o lluvias, y cortes de talud no controlados.
<b>Hidrometeorológico (Inundaciones)</b>	Zonas bajas o cercanas a cauces y barrancas, principalmente áreas planas del centro y las zonas industriales (San Juan Ixhuatpec, Reyes Iztacala, San Rafael, Tlalnepantla Centro).	Saturación del sistema de drenaje por basura, poca pendiente o presencia de infraestructura hidráulica antigua.





*"2025. Bicentenario de la vida municipal en el Estado de México".*

Tipo de Riesgo	Zonas Típicamente Afectadas	Factor de Vulnerabilidad
Químico-Tecnológico	Corredores Industriales de Tlalnepantla, zonas con ductos de Pemex (principalmente en el oriente) y áreas con alta densidad de gasolineras o bodegas.	Proximidad de viviendas a instalaciones industriales de alto riesgo.

## Fenómenos Perturbadores por Clasificación

### Riesgos Geológicos

#### A. Sismos (Temblor):

Magnitud vs. Intensidad: Es vital que el habitante entienda que la magnitud es la energía liberada en el epicentro, pero la intensidad (los daños percibidos) es lo que importa en Tlalnepantla. La intensidad puede ser muy alta debido al tipo de suelo.

Fallas Locales: La presencia de fallas geológicas secundarias en el Valle de México, algunas de las cuales atraviesan el municipio, implica que el sismo puede sentirse con movimientos verticales u oscilatorios muy fuertes, incluso con temblores de magnitud moderada. Medida Preventiva Clave: Asegurar que la vivienda cumpla con las normas de construcción de resistencia sísmica.

Acción Inmediata: El Sistema de Alerta Sísmica Mexicano (SASMEX) proporciona segundos valiosos para activar el Plan Familiar.



#### B. Deslizamiento de Tierra e Inestabilidad de Laderas:

Señales de Alarma: Los habitantes de las zonas de ladera deben estar atentos a estas señales:

Grietas nuevas o ampliadas en paredes y pisos de las casas.

Árboles o postes inclinándose repentinamente.

Flujo de agua inusual en zonas que antes estaban secas.

Ruidos subterráneos extraños.

Vulnerabilidad Estructural: Los asentamientos irregulares en laderas con cortes de talud deficientes son la población con mayor riesgo a ser afectada.





*"2025. Bicentenario de la vida municipal en el Estado de México".*

## **Riesgos Hidrometeorológicos**

### **A. Inundaciones y Encharcamientos Severos:**

**La Problemática de la Basura:** La obstrucción de coladeras y drenajes por desechos sólidos es la causa número uno de las inundaciones localizadas. El riesgo es directamente proporcional a la cantidad de basura en la calle.

**Aguas Residuales:** Las inundaciones en Tlalnepantla a menudo implican la mezcla de agua de lluvia con aguas negras, lo que representa un grave Riesgo Sanitario (enfermedades gastrointestinales, infecciones) además del daño material.

**Zonas Bajas Críticas:** Algunas zonas con depresiones naturales requieren atención especial durante la temporada de lluvias (mayo a noviembre).



### **B. Tormentas Eléctricas y Granizadas:**

**Peligro Eléctrico:** Durante las tormentas, es fundamental desconectar aparatos eléctricos para evitar daños por descargas. Nunca refugiarse bajo árboles altos o cerca de objetos metálicos.

**Riesgo por Caída de Objetos:** Las ráfagas de viento y el granizo pueden provocar la caída de ramas, anuncios y objetos mal asegurados, representando un peligro para peatones y vehículos.

## **Riesgos Químico-Tecnológicos**

### **A. Incendios, Explosiones y Fugas de Materiales Peligrosos:**

**Riesgo Doméstico:** La mayoría de los incendios son causados por fallas en las instalaciones de gas LP o eléctricas en el hogar.  
**Medida Preventiva Clave:** Revisar periódicamente las conexiones de gas y no sobrecargar las tomas eléctricas.

**Riesgo Industrial:** En caso de accidente industrial o fuga de gas/químicos, la Protección Civil municipal emitirá un aviso. La acción inmediata del habitante debe ser el Repliegue Inmediato dentro del hogar y el Sellado de puertas y ventanas para evitar la entrada de gases tóxicos (Protocolo de Confinamiento).





*"2025. Bicentenario de la vida municipal en el Estado de México".*

## Riesgos Socio-Organizativos



### A. Concentraciones Masivas:

**Autoprotección en Eventos:** Al asistir a un evento masivo, el habitante debe identificar de inmediato las Rutas de Evacuación y las Salidas de Emergencia antes de que inicie la actividad.

**Prevención de Incidentes:** En caso de detectar una situación de desorden o riesgo (sobrecupo, objetos obstruyendo salidas), debe reportarse de inmediato a la autoridad o al personal de seguridad.

## Riesgos Sanitario-Ecológicos

Estos riesgos están relacionados con la salud pública, la contaminación y los fenómenos biológicos que pueden afectar a un gran número de personas de manera simultánea.

### A. Epidemias y Pandemias (Riesgo Sanitario):

**Peligro:** La propagación rápida e incontrolable de enfermedades infecciosas (virales, bacterianas o fúngicas) a nivel local (epidemia) o global (pandemia).

**Vulnerabilidad Local:** La alta densidad poblacional y la movilidad constante dentro de la Zona Metropolitana del Valle de México facilitan la transmisión de agentes patógenos.

**Medidas de Prevención Clave:** La higiene personal (lavado de manos), el uso correcto de cubrebocas ante síntomas y el seguimiento estricto de los avisos y protocolos emitidos por la Secretaría de Salud del Estado de México y la Coordinación de Protección Civil municipal.



### B. Plagas y Contaminación de Alimentos (Riesgo Sanitario):

**Peligro:** La proliferación de fauna nociva (roedores, mosquitos, cucarachas) que actúan como vectores de enfermedades (ej. Dengue, Zika, Chikungunya, Tifoidea).

**Riesgo por Inundación:** Tras una inundación, el riesgo sanitario se eleva exponencialmente debido a la contaminación del agua potable y el contacto con aguas residuales, lo que puede provocar brotes de enfermedades gastrointestinales.

**Medida Preventiva Clave:** Asegurar el saneamiento en el hogar, la correcta disposición de la basura y el almacenamiento seguro de alimentos y agua.





*"2025. Bicentenario de la vida municipal en el Estado de México".*

### **C. Contaminación Ambiental (Riesgo Ecológico):**

**Peligro:** La presencia de altos niveles de contaminantes en el aire (smog, partículas PM2.5 y PM10) o en fuentes de agua, derivado de las actividades industriales o de la quema.

**Vulnerabilidad Local:** Tlalnepantla forma parte de la ZMVM, donde se emiten constantemente alertas por Contingencia Ambiental.

**Acción Inmediata:** Los habitantes deben acatar las fases de Contingencia Ambiental decretadas por la Comisión Ambiental de la Megalópolis (CAME), que incluyen la limitación de actividades al aire libre (especialmente en niños, adultos mayores y personas con enfermedades respiratorias).

### **Medidas de Prevención y Mitigación**

La gestión integral del riesgo se fundamenta en la Prevención (evitar que suceda) y la Mitigación (reducir los daños si sucede). Este capítulo detalla las acciones obligatorias que debe realizar cada familia en Tlalnepantla.

**Acciones Permanentes en el Hogar (Antes de la Emergencia)**  
Estas acciones deben realizarse anualmente y mantenerse vigentes:

#### **A. Seguridad Estructural y No Estructural**

**Revisión Estructural:** Si su vivienda es mayor a 15 años o ha sufrido daños por sismos previos, contrate a un especialista (Ingeniero Civil/Arquitecto) para una revisión. Ponga especial atención a grietas grandes o hundimientos diferenciales.



**Aseguramiento de Muebles:** Fije a la pared libreros, vitrinas, estanterías altas y otros muebles pesados.

**Almacenamiento Seguro:** Coloque los objetos pesados en los estantes bajos. No cuelgue macetas o adornos pesados cerca de camas o sillones.

#### **B. Instalaciones de Gas y Electricidad**

**Instalación de Gas:** Verifique que las tuberías y mangueras de gas (LP o natural) sean flexibles y no presenten grietas ni fugas. Use agua jabonosa para detectar fugas (si hay burbujas, hay fuga). Las llaves de paso deben ser fáciles de operar.

**Cilindros de Gas LP:** Deben estar siempre en exteriores, sobre una superficie firme y nivelada, y protegidos de la intemperie.

**Instalación Eléctrica:** No sobrecargue los contactos o extensiones. Si detecta cables pelados, chispas o fusibles que se queman constantemente, solicite la reparación inmediata por un técnico calificado.





*"2025. Bicentenario de la vida municipal en el Estado de México".*



### Formación del Plan Familiar de Protección Civil (PFPC)

El PFPC es la herramienta de autoprotección más importante. Debe ser conocido y practicado por todos los miembros de la familia.

#### Etapas 1: Detectar y Reducir (Antes)

Identificación de Riesgos: Utilice el Capítulo II para identificar los riesgos de su colonia (¿Vive en zona de inundación o cerca de una ladera/industria?).

Identificación de Peligros Internos: Recorra la casa con su familia y señale los riesgos (ej. floreros pesados, cables sueltos, muebles sin anclaje).

Reducción de Riesgos: Realice las acciones del punto 3.1 (asegurar muebles, reparar fugas).

#### Etapas 2: Prevenir y Preparar (Ahora)

Identificación de Zonas de Menor Riesgo (ZMR):



Repliegue Sísmico: Definan dos o tres lugares dentro de la casa que sean estructuralmente seguros (junto a columnas, bajo un marco de puerta firme o junto a un muro de carga).

Zonas de Confinamiento: En caso de riesgo químico/fuga de gas industrial (típico en la Zona Oriente), definan un cuarto interior sin ventanas a la calle como zona de confinamiento.

Rutas de Evacuación Internas y Externas:

Ruta Interna: El camino más rápido desde cada habitación hasta la ZMR o la salida.

Ruta Externa: El camino más seguro desde la puerta de la casa hasta el Punto de Reunión Familiar.

Punto de Reunión Familiar: Elijan un lugar seguro, abierto, libre de árboles, postes o vidrios rotos, fuera de la vivienda (ej. la esquina del parque o un jardín). Es fundamental que todos sepan cómo llegar a él de manera individual si se encuentran separados al momento de la emergencia.





*"2025. Bicentenario de la vida municipal en el Estado de México".*

Asignación de Responsabilidades: Designe tareas claras a cada miembro de la familia (ej. "Tú cierras la llave de gas", "Tú tomas la Mochila de Emergencia", "Tú te encargas de la mascota").

### Etapas 3: La Mochila de Emergencia (Kit de Supervivencia)

Este kit debe estar en un lugar accesible (cerca de la puerta de salida) y ser conocido por todos. Su objetivo es garantizar la supervivencia y la comunicación durante las primeras 72 horas.

Elemento	Propósito y Especificación
Documentos Vitales	Copias de actas de nacimiento, identificaciones, pólizas de seguro, CURP, y escrituras, en una bolsa plástica sellada o <i>ziploc</i> .
Alimentos y Agua	Agua embotellada (4 litros por persona), alimentos no perecederos (barras energéticas, enlatados con abrelatas).
Botiquín Básico	Alcohol, vendas, gasas, medicinas recetadas de uso diario y medicamentos para dolor/fiebre.
Herramientas	Linterna con pilas de repuesto (no usar velas), radio portátil de pilas, navaja multiusos, silbato.
Comunicación/Dinero	Lista de contactos de emergencia, un duplicado de llaves, dinero en efectivo (billetes de baja denominación).
Aseo Personal	Gel antibacterial, papel higiénico, toallas sanitarias, cubrebocas (tipo N95 o KN95).
Ropa	Manta térmica y un cambio de ropa abrigadora para cada miembro.

## Capacitación y Cultura de la Autoprotección

El desarrollo de una cultura de autoprotección es un proceso continuo. No basta con leer este manual una vez; es necesario practicar, evaluar y actualizar los conocimientos periódicamente.

### La Herramienta Esencial: El Simulacro

El simulacro es la representación práctica y ensayada de una respuesta a una emergencia. Es el método más efectivo para entrenar a su familia y comunidad.





*"2025. Bicentenario de la vida municipal en el Estado de México".*

### Tipos de Simulacro y Objetivos

Tipo de Simulacro	Alcance	Frecuencia Sugerida	Objetivo Principal
Familiar	Solo los miembros de su hogar.	Cada 6 meses.	Dominar las Rutas de Evacuación y Repliegue (ZMR) y garantizar la toma de la Mochila de Emergencia.
Comunitario	Vecinos, Red de Apoyo, o edificio/condominio.	Anual (Coincidir con el Simulacro Nacional).	Activar los Grupos de Tarea vecinales (Búsqueda, Auxilio) y verificar la funcionalidad del Punto de Reunión Comunal.
Sectorial	Trabajo, escuela, centro comercial.	Según la normatividad interna del inmueble.	Practicar procedimientos específicos de las brigadas (uso de extintores, atención de heridos en ese contexto).

#### B. Pasos para un Simulacro Familiar Efectivo

Definir el Escenario: No solo practique sismos. Alterne escenarios (fuga de gas, inundación, incendio).



**Activar la Alerta:** Utilice la grabación de la Alerta Sísmica o toque los silbatos según la señal acordada con su Red de Apoyo.



**Cronometrar:** Mida el tiempo exacto que le toma a la familia (y a las mascotas) llegar del punto de origen al Punto de Reunión.



**Evaluar:** Una vez finalizado, analicen qué falló: ¿Se atoró la puerta? ¿Alguien olvidó su rol? ¿La persona con discapacidad tardó demasiado? Corrija el error inmediatamente y reintente.



**Ajuste el Plan:** Basado en la evaluación, ajuste las rutas, reasigne roles o agregue elementos a la Mochila de Emergencia.

#### Cursos de Capacitación Oficial

La Coordinación de Protección Civil y Bomberos de Tlalnepantla de Baz ofrece de manera periódica cursos y talleres gratuitos a la ciudadanía. Tome estos cursos para desarrollar habilidades que salvan vidas.





*"2025. Bicentenario de la vida municipal en el Estado de México".*



Habilidad	Descripción	¿Por qué es Vital?
<b>Primeros Auxilios Básicos</b>	RCP (Reanimación Cardiopulmonar), manejo de heridas, control de hemorragias, inmovilización.	Para estabilizar a un lesionado mientras llegan los servicios de emergencia. <b>(Capítulo IV)</b>
<b>Combate Básico de Incendios</b>	Uso correcto y clasificación de extintores, técnicas de evacuación en presencia de humo.	Para controlar un conato de incendio (fase inicial) y evitar que se propague.
<b>Búsqueda y Rescate Ligero</b>	Técnicas de movimiento y retiro de escombros de manera segura, protocolos de rescate de personas atrapadas.	Para el apoyo inmediato a la Red Vecinal antes de la llegada de equipos pesados.
<b>Evacuación y Repliegue</b>	Técnicas para el manejo de grupos y la asistencia de personas vulnerables (PCD) en rutas de salida.	Para garantizar un desalojo ordenado y evitar el pánico colectivo.

#### La Cultura de la Autoprotección

La autoprotección significa ser proactivo y responsable de su propia seguridad y la de su entorno.

**Verificación Constante:** El Manual no es estático. Debe revisarse cada vez que haya un cambio: un nuevo miembro en la familia, un cambio de muebles, una reparación mayor en la casa o la adquisición de una mascota.

**Difusión con Equidad:** Comparta este manual y la información de las alertas con todas las personas de su entorno. Asegúrese de que la información llegue en formatos accesibles a las Personas con Discapacidad (lenguaje sencillo, comunicación visual para sordos, comunicación oral clara para ciegos) y que niñas y mujeres sean vistas como líderes y participantes activas en las brigadas de auxilio y rescate.







*"2025. Bicentenario de la vida municipal en el Estado de México".*

## **Medidas de Mitigación por Riesgo Específico**

### **A. Mitigación ante Sismos**

**Simulacros Periódicos:** Realicen el simulacro de evacuación al menos dos veces al año, siguiendo el sonido de la Alerta Sísmica. El simulacro debe cronometrarse.

**Comportamiento Durante la Alerta:** Si escucha la alerta y el sismo aún no inicia: Evacúe de forma ordenada a la calle o al Punto de Reunión. Si el sismo ya comenzó: Repliegue a la Zona de Menor Riesgo.

**Corte de Suministros:** Al sentir la alerta o al terminar el movimiento, el responsable debe dirigirse inmediatamente a cerrar las llaves de gas y cortar la energía eléctrica para evitar incendios o explosiones.

### **B. Mitigación ante Inundaciones (Temporada de Lluvias)**

**Limpieza de Desagües:** Jamás tire basura, escombros o aceite en coladeras o alcantarillas. Mantenga limpia la coladera frente a su casa.

**Verificación de Cisterna:** Asegure la tapa de la cisterna o tinaco para evitar la entrada de agua contaminada en caso de inundación.

**Elevación de Bienes:** Si vive en una zona de riesgo de inundación (consulte el mapa municipal), guarde documentos y electrodomésticos en lugares altos (segundo piso, estanterías elevadas).

### **C. Mitigación ante Riesgo Químico-Tecnológico**

**Protocolo de Confinamiento (Repliegue en Casa):** Si se emite una alerta por fuga industrial o nube tóxica:

Diríjase a la Zona de Confinamiento predefinida (idealmente un cuarto sin ventanas al exterior o sin ventilación directa).

Selle rendijas de puertas y ventanas con trapos húmedos o cinta adhesiva.

Apague sistemas de ventilación o aire acondicionado.

Cierre la llave de gas.

Permanezca en el lugar hasta que las autoridades de Protección Civil indiquen que el peligro ha pasado.





*"2025. Bicentenario de la vida municipal en el Estado de México".*

## **Medidas de Auxilio (Respuesta a la Emergencia)**

Esta fase se activa cuando un peligro (sismo, inundación, incendio) es inminente o ya está ocurriendo. Saber cómo actuar en los primeros minutos es clave para salvar vidas.

### **Alerta, Notificación y Comunicación**

#### **A. Sistemas de Alerta en Tlalnepantla**

Es fundamental reconocer las señales oficiales que indican un peligro:

**Alerta Sísmica:** El sonido oficial del Sistema de Alerta Sísmica Mexicano (SASMEX) es la señal para iniciar la evacuación o el repliegue.

**Sirenas Municipales/Bocinas:** La Coordinación Municipal de Protección Civil puede utilizar sirenas o vehículos con perifoneo para emitir mensajes de alerta o evacuación por inundación, riesgo químico o inestabilidad de ladera.

**Comunicación Oficial:** Solamente siga las instrucciones de las fuentes oficiales (Coordinación de Protección Civil y Bomberos, Policía Municipal, C4/911). Descarte rumores difundidos en redes sociales.

#### **B. Números de Emergencia y Contacto**

Guarde estos números en su teléfono y en un lugar visible de su casa. Úselos solo en caso de emergencia real:

**911:** Número Único de Emergencias (Policía, Bomberos, Ambulancia).

**Protección Civil Tlalnepantla:** (Incluir aquí el número local de Protección Civil y Bomberos de Tlalnepantla para atención directa).



**Contacto de Familiares:** Acuerde un contacto fuera del Estado de México. En una emergencia local, las líneas telefónicas suelen saturarse, y es más fácil comunicarse con alguien lejano para reportar su estado.





*"2025. Bicentenario de la vida municipal en el Estado de México".*

### C. Comunicación en Crisis

Use Mensajes de Texto o Internet: Si necesita comunicarse con su familia o amigos, use mensajes de texto (SMS) o aplicaciones de mensajería (WhatsApp, Telegram) en lugar de llamadas de voz. Esto libera las líneas telefónicas para la atención de las autoridades de emergencia.

### Evacuación y Repliegue

Evacuación: Moverse fuera del inmueble o zona de peligro. Repliegue: Moverse a un lugar seguro dentro del inmueble.

Situación	Acción Recomendada	Protocolo
<b>Sismo (Escuchó la Alerta)</b>	Evacuación	Si tiene tiempo suficiente (aprox. 30-40 segundos), salga por la ruta preestablecida al Punto de Reunión.
<b>Sismo (Ya está temblando)</b>	Repliegue	Diríjase a la <b>Zona de Menor Riesgo (ZMR)</b> interna, agáchese, cúbrase la cabeza y sujétese fuertemente hasta que cese el movimiento.
<b>Fuga de Gas Industrial</b>	Repliegue (Confinamiento)	Diríjase al cuarto seguro (sin ventanas al exterior) y selle puertas y ventanas con trapos húmedos.
<b>Inundación Severa</b>	Evacuación Vertical	Si no puede salir de casa, suba a la parte más alta (segundo piso o azotea) y espere el auxilio. <b>Nunca camine o conduzca por agua que supere los 30 cm.</b>
<b>Incendio</b>	Evacuación	Salga inmediatamente. Si hay humo, muévase a gatas y cubra nariz y boca con un trapo húmedo. <b>Nunca use el elevador.</b>

### A. Reglas Generales de Evacuación

Priorice la Vida: Deje pertenencias. El único objeto vital es la Mochila de Emergencia.

Actúe, No Corra: Evite el pánico. Camine rápido, pero sin empujar.

Use las Escaleras: Use siempre las escaleras; los elevadores pueden fallar o detenerse.

No se Regrese: Una vez fuera, no regrese al inmueble por ningún motivo.





*"2025. Bicentenario de la vida municipal en el Estado de México".*

#### **B. Albergues Temporales**

Si su vivienda ha sido dañada o la autoridad indica que su zona es inhabitable temporalmente, el Ayuntamiento de Tlalnepantla activará Albergues Temporales. Siga las instrucciones del personal de Protección Civil para dirigirse a estos lugares, donde recibirá asistencia básica.

#### **Primeros Auxilios Básicos y Seguridad Post-Impacto**

Las siguientes acciones son para los primeros momentos inmediatamente después de un evento.

##### **A. Evaluación Rápida (Sismo o Explosión)**

**Seguridad Personal:** Asegúrese de que usted y su familia estén bien. Si hay heridos, inicie el auxilio si tiene conocimientos o pida ayuda profesional.

**Revisión de Servicios:** Antes de volver a entrar a la vivienda, revise si hay:

**Fugas de Gas:** Olor fuerte a gas. No encienda fósforos, encendedores o luces.

**Cortocircuitos:** Cables rotos o chispas.

**Daño Estructural:** Columnas o muros caídos, o grietas mayores que amenacen colapso.

##### **B. Primeros Auxilios (Lo que Sí Debe Hacer)**

**Detener Hemorragias:** Use presión directa con un paño limpio sobre la herida.

**Posición de Recuperación:** Si una persona está inconsciente, respira y no tiene lesiones graves visibles, colóquela de lado para evitar que se ahogue con su propia saliva o vómito.

**Mantener la Calma:** Hable con las personas heridas o en shock para tranquilizarlas.

##### **C. Primeros Auxilios (Lo que NO Debe Hacer)**

**No Mover a Heridos Graves:** Si sospecha de lesiones en la columna, cuello o cabeza, no mueva al herido a menos que esté en peligro inminente (incendio, derrumbe). Espere la llegada de paramédicos.

**No Dar de Beber:** No dé líquidos a una persona inconsciente o con heridas abdominales.

**No Aplicar Pomadas:** No aplique pomadas, ungüentos o remedios caseros en quemaduras graves.





*"2025. Bicentenario de la vida municipal en el Estado de México".*



## **Protocolo de Inclusión y Atención a Personas con Discapacidad (PCD)**

La planificación de emergencias para las Personas con Discapacidad debe ser personalizada y llevarse a cabo con su participación activa. El objetivo es asegurar que las estrategias de evacuación, repliegue y auxilio sean accesibles y efectivas.

### **A. Planificación y Preparación Personalizada (Antes)**

La clave es no asumir nada y trabajar junto a la PCD para adaptar el Plan Familiar de Protección Civil (PFPC).

#### **Identificación de Necesidades Específicas:**

Discapacidad Motriz: ¿Necesita rampas, silla de ruedas, o asistencia de dos personas para el traslado? ¿El equipo de movilidad cabe en la ruta de evacuación?

Discapacidad Auditiva: ¿Requiere alertas visuales (luces intermitentes) o táctiles (vibración)? ¿Hay una persona que domine la Lengua de Señas Mexicana (LSM)?

Discapacidad Visual: ¿Requiere rutas de evacuación libres de obstáculos o guías táctiles? ¿El kit de emergencia incluye un bastón o equipo braille?

Discapacidad Cognitiva o Psicosocial: ¿Qué personas o entornos le brindan calma? ¿Necesita apoyo para comprender y seguir instrucciones?

#### **Red de Apoyo Específica:**

Asignación de Asistentes: Dentro del PFPC, asigne formalmente a dos asistentes principales (familiares o vecinos) responsables de ayudar a la PCD. Estas personas deben estar capacitadas para el manejo de equipos de apoyo (sillas, grúas portátiles).

Reunión de la Red Vecinal: Informe a su Red de Apoyo Comunitario (Capítulo III, Sec. 3.3) sobre la ubicación y las necesidades de la PCD para que sea la primera persona en ser verificada y auxiliada.

#### **Kit de Emergencia Personalizado (Mochila PCD):**

Además de los elementos del kit básico, la mochila debe contener:

Medicamentos y Recetas: Suministro extra para 7 días.

Equipo Esencial: Llaves de repuesto para sillas de ruedas, baterías de repuesto para audífonos o equipos electrónicos.





*"2025. Bicentenario de la vida municipal en el Estado de México".*

**Tarjetas de Comunicación:** Tarjetas grandes con información sobre su discapacidad, medicamentos y contactos de emergencia, para mostrarlas a los rescatistas si el asistente no está presente.

### **B. Protocolos de Evacuación y Auxilio (Durante)**

La evacuación debe ser planeada para ser más lenta y segura, priorizando el traslado.

**Alertas Accesibles:** Si la persona tiene discapacidad auditiva, el asistente debe asegurarse de usar luces, vibraciones o contacto físico para transmitir la alerta sísmica o de emergencia.

**Priorización en la Ruta:** La PCD debe ser asistida de inmediato y evacuada por la ruta más segura, no necesariamente la más rápida, verificando que los pasillos estén despejados y que los obstáculos sean retirados.

Nunca use elevadores en caso de sismo o incendio, incluso si está asistiendo a una PCD.

**Asistencia en el Punto de Reunión:** El Punto de Reunión Familiar debe ser accesible (superficie plana, libre de escombros) y conocido de antemano.



### **C. Albergues y Recuperación Inclusiva (Después)**

**Solicitud de Albergue Accesible:** Al llegar al módulo de atención de Tlalnepantla, informe inmediatamente que requiere un Albergue Temporal Accesible con rampas, baños adaptados y espacio suficiente para el equipo de movilidad.

**Respeto al Equipo de Apoyo:** Bajo ninguna circunstancia se debe separar a la PCD de su equipo de asistencia (silla de ruedas, andadera, perros guía, audífonos, etc.). El equipo debe ser tratado como una extensión de la persona.



**Comunicación con Autoridades:** Si la PCD utiliza lenguaje de señas, solicite al personal del DIF o Protección Civil que asignen a un intérprete para facilitar la comunicación de necesidades médicas o de asistencia.

## **Recuperación y Normalización**

La fase de Recuperación comienza inmediatamente después de que el peligro ha pasado y las autoridades han declarado el fin de la emergencia. Este proceso busca restaurar los servicios básicos, rehabilitar la infraestructura y devolver la estabilidad a los habitantes.

### **Evaluación de Daños y Análisis de Necesidades (EDAN)**

Este es el proceso oficial que las autoridades municipales (Protección Civil y Obras Públicas) realizan para determinar el nivel de afectación y las necesidades de ayuda.





*"2025. Bicentenario de la vida municipal en el Estado de México".*

### **A. El Regreso Seguro al Hogar (Re-entrada)**

Antes de que cualquier miembro de la familia reingrese al inmueble, se debe realizar una inspección visual obligatoria para prevenir accidentes posteriores:

#### **Seguridad Estructural:**

Observe desde el exterior: ¿Hay inclinación visible del edificio? ¿Se cayeron muros, bardas o techos? ¿Hay daño en la cimentación (hundimientos)?

Si nota daños graves o estructurales (grietas mayores a 1 cm en muros de carga, columnas dañadas), NO entre y espere el dictamen de las autoridades de Obras Públicas y Protección Civil de Tlalnepantla.

#### **Riesgos Post-Sismo (Revisión de Servicios):**

**Gas:** Si huele a gas o detecta alguna fuga (usando agua jabonosa), mantenga la llave de paso principal cerrada y ventile el área.

**Electricidad:** Si nota cables caídos, cortos o chispas, mantenga el interruptor principal (pastilla) abajo. Llame a la Comisión Federal de Electricidad (CFE) para su revisión antes de restablecer el servicio.

**Agua:** Revise tuberías rotas. El agua contaminada puede inundar áreas y ser un riesgo sanitario.

### **B. Reporte y Documentación de Daños**

Para acceder a posibles apoyos (seguros o programas gubernamentales), el registro de los daños es crucial:

**Tome Fotografías/Videos:** Documente cada daño estructural, mueble afectado o pérdida antes de limpiar o mover algo.

**Reporte a la Autoridad:** Diríjase a los centros de acopio o módulos de atención ciudadana que el municipio instalará o llame a la línea de Protección Civil (911/PC Tlalnepantla) para reportar que su vivienda requiere una Evaluación de Daños.

**Conserve Evidencia:** Guarde las copias de los documentos de su vivienda (escrituras, recibos de servicios) para demostrar la propiedad al momento de solicitar apoyos.

#### **Asistencia Social y Psicológica**

El impacto de un desastre no es solo material; el estrés, el miedo y la pérdida pueden generar un fuerte impacto emocional.





*"2025. Bicentenario de la vida municipal en el Estado de México".*

**A. Atención a la Salud Mental (Apoyo Psico-Social)**

**Identificación de Estrés:** Es normal sentir miedo, ansiedad, dificultad para dormir o irritabilidad después de un evento. Si estos síntomas persisten por más de dos semanas, busque ayuda.

**Servicios Municipales:** El Sistema Municipal DIF de Tlalnepantla y las áreas de Salud Pública están habilitadas para ofrecer apoyo psicológico gratuito a las personas afectadas, especialmente a niños y adultos mayores.

**Apoyo Comunitario:** Fomente la comunicación con vecinos y familiares. El apoyo mutuo y la solidaridad son esenciales para la recuperación emocional.



**B. Asistencia Humanitaria (Módulos de Ayuda)**

**Centros de Acopio:** El municipio informará sobre los centros de acopio oficiales. Si necesita ayuda (alimentos, agua, ropa, medicamentos básicos), acuda a estos sitios.

**Apoyos Especiales:** Si su familia tiene miembros con discapacidad, adultos mayores o bebés, informe al personal de los albergues o módulos de atención para recibir asistencia prioritaria y especializada.

**Retorno a la Normalidad y Reconstrucción**

Una vez que el dictamen de la autoridad confirma que la vivienda es habitable o se ha reparado, se inicia el proceso de rehabilitación total.



**A. Limpieza y Desinfección (Especialmente Post-Inundación)**

**Riesgo Sanitario:** El agua de inundación está altamente contaminada (riesgos biológicos y químicos). Utilice guantes de hule, botas y cubrebocas al limpiar.

**Desinfección:** Lave y desinfecte pisos y superficies con una solución de agua con cloro (1 parte de cloro por 9 partes de agua).

**Desecho de Alimentos:** Tire inmediatamente todos los alimentos (incluidos enlatados y empacados) que hayan estado en contacto con el agua de la inundación.

**B. Restablecimiento Responsable de Servicios**

**Energía Eléctrica:** Restablezca la energía eléctrica solo después de que un técnico haya verificado que no hay cortos o cables pelados y que el sistema está completamente seco.







*"2025. Bicentenario de la vida municipal en el Estado de México".*

**Agua Potable:** Hierva el agua para consumo o desinféctela con cloro hasta que las autoridades de salud confirmen que el suministro municipal es totalmente seguro para beber.

**Gas:** Si el sistema de gas fue dañado, utilice solo tanques de gas pequeños o parrillas eléctricas portátiles, lejos de materiales inflamables, hasta que un técnico certifique la reparación completa de la instalación.

### **C. Aprendizaje y Preparación Futura**

La recuperación es una oportunidad para la Mitigación Permanente:

**Corrección de Vulnerabilidades:** Utilice este momento para reconstruir o reparar su vivienda corrigiendo las fallas que la hicieron vulnerable (ej. levantar bardas perimetrales en zonas inundables, instalar anclajes adicionales en techos).

**Actualización del PFPC:** Una vez restablecidos, reúnanse con su familia para actualizar el Plan Familiar de Protección Civil con las lecciones aprendidas durante la emergencia.

## **Redes de Apoyo Comunitario y Vecinal**

La respuesta ante un desastre no termina con la actuación de las autoridades; la fase inicial y la recuperación dependen en gran medida de la organización vecinal. Una comunidad organizada es una comunidad resiliente.

### **1. La Importancia de la Red Vecinal**

**Auxilio Inmediato:** En caso de un sismo mayor o una inundación severa, los servicios de emergencia (bomberos, ambulancias) pueden tardar en llegar debido a daños en infraestructura o la saturación de llamadas. Los vecinos son los primeros respondientes.

**Identificación de Vulnerables:** Su red vecinal conoce quiénes son los miembros más vulnerables de la comunidad (adultos mayores, personas con discapacidad, personas que viven solas) que podrían necesitar ayuda prioritaria durante una evacuación.

**Recursos Compartidos:** La red permite compartir recursos esenciales (agua, botiquines, herramientas, linternas) hasta que llegue la ayuda oficial.

### **2. Cómo Organizar una Red de Apoyo en su Colonia o Edificio**

La organización debe ser simple y funcional, enfocada en la acción.

#### **A. Identificación y Liderazgo**

**Reunión Vecinal:** Convoque a una reunión con sus vecinos o los habitantes de su edificio para hablar específicamente sobre Protección Civil.

**Líderes de Zona:** Elija a 3 o 4 vecinos con diferentes habilidades (ej. uno con conocimientos de primeros auxilios, uno con herramientas, uno con habilidades de comunicación) y asígneles la función de Coordinadores de la Red de Apoyo.





*"2025. Bicentenario de la vida municipal en el Estado de México".*

Directorio Rápido: Cree una lista con el nombre, dirección y número de teléfono de contacto de cada hogar, y un breve resumen de las necesidades especiales (si las hay).

#### B. Asignación de Funciones de Emergencia (Grupos de Tarea)

Una red efectiva se divide en funciones claras para evitar el caos:

Grupo de Tarea	Responsabilidad Principal	Acciones Específicas en la Emergencia
<b>Búsqueda y Rescate</b>	Revisar hogares y liberar personas atrapadas.	Manejo de herramientas básicas, identificación de heridos, cortar gas/luz en zonas de riesgo.
<b>Primeros Auxilios</b>	Estabilizar a heridos leves y graves.	Uso de botiquines, manejo de heridas, control de hemorragias, traslado a zonas seguras.
<b>Seguridad y Vigilancia</b>	Evitar saqueos y controlar el pánico.	Acordonar zonas de riesgo, mantener rutas de evacuación despejadas, verificar el estado de los servicios.
<b>Logística y Comunicación</b>	Coordinar recursos y solicitudes de ayuda.	Tomar inventario de la Mochila de Emergencia comunitaria, usar el directorio, reportar incidentes al 911/PC.

#### 3. Simulacros Comunitarios

Práctica Conjunta: El Plan Familiar (PFPC) debe practicarse junto con la Red de Apoyo. Acuerden una señal de alarma comunitaria (ej. tres toques largos de silbato) y practiquen la evacuación al Punto de Reunión Comunal (un área abierta aún más grande que el punto familiar).

Verificación de Tiempos: Mida cuánto tiempo le toma a su red completar las tareas básicas (cerrar suministros, verificar vulnerables, llegar al punto de reunión). El objetivo es reducir ese tiempo con cada práctica.

#### 4. Apoyo Mutuo en la Recuperación

La Red de Apoyo sigue activa durante el Capítulo V (Recuperación):

Censo Vecinal: Realice un conteo de las personas que han llegado al Punto de Reunión Comunal para reportar a las autoridades quiénes faltan o dónde se requiere ayuda.

Recolección de Escombros: Ayude a los vecinos con mayores daños a iniciar la limpieza y recolección de escombros, siguiendo las normas de seguridad.





*"2025. Bicentenario de la vida municipal en el Estado de México".*

Gestión de Ayuda: Una red organizada es más efectiva para canalizar y distribuir la ayuda humanitaria que pueda llegar al municipio (agua, víveres, ropa).



## **Mantenimiento de Instalaciones (Preventivo y Correctivo)**

La negligencia en el mantenimiento de la vivienda es una de las principales causas de incendios, fugas y daños por inundación. La revisión constante de las instalaciones es un pilar fundamental de la prevención.

### **A. Instalación Eléctrica**

La antigüedad o el sobrepeso en las instalaciones eléctricas pueden provocar cortocircuitos e incendios.

Tipo de Mantenimiento	Acción (Qué hacer)	Frecuencia Sugerida	Objetivo Preventivo
Preventivo	Revisar cableado visible y extensiones. Verificar que las "pastillas" o interruptores automáticos funcionen y que la carga total de la casa no exceda su capacidad.	Anual	Evitar el sobrecalentamiento y los cortocircuitos que derivan en incendios.
Preventivo	<b>No</b> sobrecargar contactos o multicontactos con demasiados aparatos. Desconectar aparatos que no se usen (especialmente antes de salir de viaje).	Permanente	Reducir el riesgo de calentamiento excesivo y fallo del sistema.
Correctivo	Si nota olor a quemado, chispas, o si una pastilla se baja constantemente, llame de inmediato a un electricista certificado.	Inmediato	Reparar fallos estructurales o de aislamiento antes de que provoquen un incendio mayor.

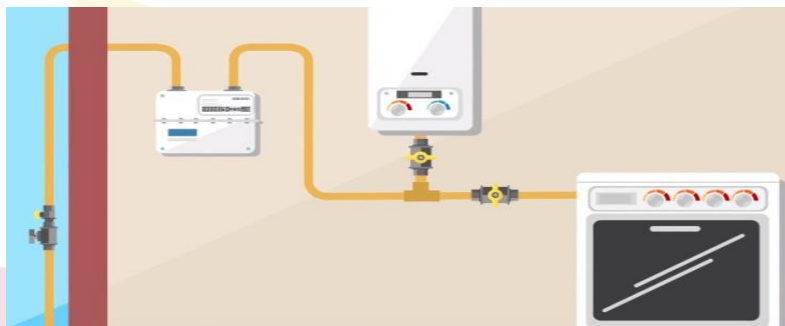




*"2025. Bicentenario de la vida municipal en el Estado de México".*

**B. Instalación de Gas (LP o Natural)**

Una fuga de gas es un riesgo de explosión o intoxicación mortal. La detección temprana es vital.



Tipo de Mantenimiento	Acción (Qué hacer)	Frecuencia Sugerida	Objetivo Preventivo
Preventivo	Verificar que mangueras y conexiones no estén dobladas, agrietadas o caducadas (el hule se reseca). Las mangueras deben ser flexibles y certificadas.	Semestral	Evitar la liberación lenta y constante de gas por deterioro de materiales.
Preventivo	Limpiar las boquillas de la estufa para asegurar una combustión eficiente y evitar acumulación de grasa cerca de la flama.	Mensual	Reducir el riesgo de flamazo o incendio por grasa acumulada.
Correctivo	Si huele a gas, cierre la llave de paso (del cilindro o general). <b>NO ENCIENDA LUCES NI APARATOS ELÉCTRICOS.</b> Ventile el área abriendo puertas y ventanas, y llame a los Bomberos (911).	Inmediato	Eliminar la fuente de la fuga antes de que un chispazo provoque una explosión.

**C. Sistema Hidráulico y Drenaje (Clave en Tlalnepantla)**

El mantenimiento de los sistemas de agua es crucial para prevenir inundaciones y daños a la estructura.

Tipo de Mantenimiento	Acción (Qué hacer)	Frecuencia Sugerida	Objetivo Preventivo
Preventivo	Mantener las coladeras de la calle frente a su	Permanente y antes de la	Asegurar el flujo máximo de agua pluvial





*"2025. Bicentenario de la vida municipal en el Estado de México".*

Tipo de Mantenimiento	Acción (Qué hacer)	Frecuencia Sugerida	Objetivo Preventivo
	<b>casa libres de basura y escombros.</b> Limpiar constantemente las rejillas y canaletas internas de la vivienda.	temporada de lluvias.	y evitar la obstrucción del drenaje municipal.
<b>Preventivo</b>	Revisar las tuberías de agua y drenaje en la vivienda para detectar fugas o filtraciones.	Anual	Prevenir el reblandecimiento del suelo bajo la vivienda, lo cual es peligroso en zonas sísmicas y de ladera.
<b>Correctivo</b>	Si una tubería principal se rompe, cierre la llave de paso inmediatamente para evitar daños estructurales por agua.	Inmediato	Limitar los daños por humedad y filtración en cimientos y muros.



#### **D. Elementos Estructurales (Techos y Muros)**

El deterioro puede convertir una vivienda segura en vulnerable ante un sismo o lluvias fuertes.

Tipo de Mantenimiento	Acción (Qué hacer)	Frecuencia Sugerida	Objetivo Preventivo
<b>Preventivo</b>	Revisar y sellar las azoteas y techos (impermeabilización) antes de la temporada de lluvias.	Anual	Evitar filtraciones de agua que debilitan castillos, muros y losas.
<b>Preventivo</b>	Podar árboles grandes cuyas ramas puedan caer sobre la casa o cables de luz durante una tormenta.	Anual	Prevenir daños a la propiedad y riesgos



*"2025. Bicentenario de la vida municipal en el Estado de México".*

Tipo de Mantenimiento	Acción (Qué hacer)	Frecuencia Sugerida	Objetivo Preventivo
			eléctricos durante vientos fuertes.
Correctivo	Si aparecen grietas en muros de carga (muros gruesos que sostienen la estructura), <b>acuda a la Dirección de Obras Públicas Municipal o a un ingeniero civil</b> para evaluar el daño antes de que sea demasiado tarde.	Inmediato	Garantizar la estabilidad estructural de la vivienda ante futuros sismos.

## Protocolo de Atención a Mascotas en Emergencias

Las mascotas (perros, gatos, aves, etc.) son responsabilidad de sus dueños. Es imperativo incluirlas en todos los planes de prevención y evacuación para evitar poner en riesgo vidas humanas durante el auxilio.

### 1. Preparación Previa a la Emergencia (Prevención)

La seguridad de su mascota inicia mucho antes de que ocurra el desastre.

**Identificación Permanente:** Su mascota debe portar siempre una placa de identificación legible con su nombre y, de manera crucial, un número de teléfono celular de contacto. Considere el microchip como respaldo permanente.

**Vacunas y Expediente:** Mantenga al día su cartilla de vacunación y desparasitación. Guarde una copia de su expediente médico en la Mochila de Emergencia para Mascotas (MEM).

**Transportadora o Correa:** Tenga a la mano una transportadora (rígida o blanda) adecuada para el tamaño de la mascota o una correa y arnés resistentes. No se permite la entrada a albergues temporales de animales sueltos.

**Entrenamiento Básico:** Enseñe a su mascota a obedecer órdenes básicas de calma o a entrar a su transportadora rápidamente. Esto será crucial en situaciones de pánico o ruido.

### 2. La Mochila de Emergencia para Mascotas (MEM)

Este kit es análogo a su Mochila de Emergencia familiar y debe ser fácilmente accesible junto al PFPC.





*"2025. Bicentenario de la vida municipal en el Estado de México".*

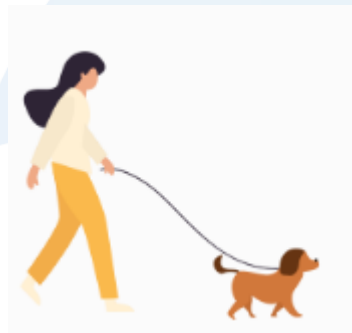
Elemento	Especificación	Cantidad Sugerida
Alimento y Agua	Alimento seco o enlatado (fácil de transportar).	Suministro para 5 días.
Recipientes	Platos plegables para agua y comida.	2
Medicamentos	Medicinas recetadas, control de pulgas y garrapatas.	Suministro para 5 días.
Correa y Arnés	Correas de repuesto.	1 por mascota.
Documentos	Copia de cartilla de vacunación y foto reciente.	1 set por mascota.
Limpieza	Bolsas sanitarias y arena para gatos (si aplica).	Suficiente para 5 días.
Confort	Una manta pequeña o juguete que le brinde calma.	1

### 3. Protocolo Durante la Emergencia (Auxilio)

La prioridad es asegurar a la mascota antes de salir al Punto de Reunión Familiar.

**Sujeción Inmediata:** Si el tiempo lo permite, ponga inmediatamente la correa a su perro o introduzca a su gato o animal pequeño en su transportadora antes de salir.

**No Dejar Amarrados:** Nunca deje a su mascota amarrada o encadenada en el patio. Si no puede llevarla, déjela suelta dentro de la casa (en una zona que usted considere segura) con acceso a agua y comida, de modo que pueda defenderse de los peligros o encontrar refugio.



**Comportamiento en la Evacuación:** Los animales pueden estresarse mucho con el ruido y el movimiento. Manténgalos cerca de usted y, si es posible, cubiertos o dentro de la transportadora para evitar que escapen o ataquen a otras personas por miedo.

### 4. Protocolo Post-Emergencia y Recuperación

**Albergues Temporales:** Los albergues municipales no siempre tienen la capacidad para recibir animales grandes o peligrosos.

Pregunte a la autoridad de Protección Civil sobre los albergues que tienen áreas designadas para mascotas o si hay albergues específicos para animales habilitados en Tlalnepantla.





H. AYUNTAMIENTO  
CONSTITUCIONAL DE  
TLALNEPANTLA DE BAZ  
2025-2027

## Dirección Municipal de Protección Civil y Gestión Integral de Riesgos



*"2025. Bicentenario de la vida municipal en el Estado de México".*

Si el albergue no permite mascotas, deberá buscar alojamiento con un familiar o amigo fuera de la zona de riesgo que sí pueda recibirlas, o llevarla a una veterinaria de confianza para su resguardo temporal.

**Búsqueda y Reencuentro:** Si su mascota se extravía:

Deje fotos recientes en los avisos del vecindario y en el Punto de Reunión Comunal.

Contacte a los grupos de rescate animal locales y a la Unidad de Control y Bienestar Animal de Tlalnepantla de Baz para notificar la pérdida.

Este capítulo proporciona las referencias normativas y las fuentes oficiales de información para que los habitantes de Tlalnepantla de Baz puedan profundizar en la Gestión Integral del Riesgo y consultar directamente la legislación vigente.

### Marco de Referencia

La estructura del manual se basa en la siguiente jerarquía legal (ver Capítulo I para más detalles):

Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos.

Artículo 115: Fundamento de las facultades municipales en Protección Civil.

Ley General de Protección Civil (LGPC).

Cámara de Diputados del H. Congreso de la Unión.

Libro Sexto del Código Administrativo del Estado de México.

H. Legislatura del Estado de México.

Reglamento del Libro Sexto del Código Administrativo del Estado de México.

Gobierno del Estado de México.

Bando Municipal de Tlalnepantla de Baz.

H. Ayuntamiento de Tlalnepantla de Baz. (Consultar la versión vigente, generalmente publicada a inicios de cada año).

Normas Oficiales Mexicanas (NOM):

NOM-001-STPS-2008: Edificios, locales, instalaciones y áreas en los centros de trabajo (aplicable a Unidades Internas).

NOM-002-STPS-2010: Condiciones de seguridad, prevención y combate de incendios.





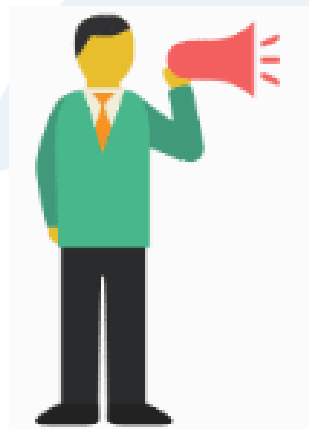


*"2025. Bicentenario de la vida municipal en el Estado de México".*

#### Fuentes de Información y Consulta Oficial

Para mantenerse actualizado en tiempo real y consultar documentos técnicos:

Institución	Material de Consulta Relevante	Sitio Web Oficial (Ejemplo)
<b>Coordinación Nacional de PC (CNPC)</b>	Atlas Nacional de Riesgos, publicaciones sobre fenómenos perturbadores.	<a href="http://www.gob.mx/cnpc">www.gob.mx/cnpc</a>
<b>CENAPRED</b>	Manuales de Construcción Segura, estudios de vulnerabilidad sísmica e hidrometeorológica.	<a href="http://www.gob.mx/cenapred">www.gob.mx/cenapred</a>
<b>Coordinación de PC de Tlalnepantla</b>	Programas Municipales de PC, Avisos y Alertas Locales, Cartografía de Riesgos del municipio.	<i>Consultar el sitio oficial del Ayuntamiento de Tlalnepantla de Baz</i>
<b>Servicio Sismológico Nacional (SSN)</b>	Información precisa sobre sismos ocurridos en México.	<a href="http://www.ssn.unam.mx">www.ssn.unam.mx</a>
<b>CONAGUA</b>	Pronósticos de lluvias y condiciones hidrometeorológicas que afectan al Valle de México.	<a href="http://www.gob.mx/conagua">www.gob.mx/conagua</a>
<b>DIF Municipal Tlalnepantla</b>	Programas de asistencia social, albergues temporales, apoyo psicológico post-desastre.	<i>Consultar el sitio oficial del DIF Tlalnepantla</i>



#### Recomendaciones para el Ciudadano

**Verificación de Alertas:** Siempre verifique la fuente de la información. Desconfíe de cadenas o audios de WhatsApp que no provengan de un canal oficial (CNPC, SSN o la PC municipal).

**Actualización Legal:** La normativa cambia. Se recomienda consultar anualmente el Bando Municipal para verificar las nuevas obligaciones ciudadanas en materia de Protección Civil.





*"2025. Bicentenario de la vida municipal en el Estado de México".*

## **Mensaje Final: La Cultura de la Autoprotección**

Hemos llegado al final de este Manual de Prevención y Autoprotección Civil. Este documento es más que un compendio de reglas; es una invitación y un compromiso con la vida.

En Tlalnepantla de Baz, así como en cualquier comunidad, la seguridad colectiva inicia con la conciencia individual. La gestión integral del riesgo comienza con el conocimiento profundo de nuestro entorno:

**Conozca sus Riesgos:** Sepa si vive en una zona de sismos, de inundación o cerca de un riesgo industrial.

**Reduzca su Vulnerabilidad:** La reparación de una fuga de gas, el anclaje de un mueble o la limpieza de una coladera son actos sencillos de prevención que reducen la probabilidad de un desastre.

**Participe Activamente:** La herramienta más valiosa no es este manual, sino su Plan Familiar de Protección Civil (PFPC), practicado y conocido por todos los miembros de su hogar, sin distinción de género.

La Protección Civil y la Gestión Integral del Riesgo son tareas de todas y todos.

Es imperativo erradicar la idea de que la seguridad es únicamente responsabilidad de la autoridad. El gobierno municipal es el coordinador, el facilitador y el auxilio, pero la respuesta inicial, más rápida y más efectiva recae en la capacidad de autoprotección de las familias y en la organización solidaria de las Redes de Apoyo Vecinal.

Lo invitamos a asumir su rol como agente activo de cambio. Practique los simulacros, comparta este conocimiento, y sea un ejemplo de prevención en su colonia.

Una ciudadanía informada, preparada y organizada es la base de un municipio resiliente y seguro.



**"Construyendo un futuro  
más fuerte, un plan a la  
vez."**





H. AYUNTAMIENTO  
CONSTITUCIONAL DE  
TLALNEPANTLA DE BAZ  
2025-2027

## Dirección Municipal de Protección Civil y Gestión Integral de Riesgos



*"2025. Bicentenario de la vida municipal en el Estado de México".*

La elaboración del presente Manual de Prevención en Materia de Protección Civil fue coordinada y supervisada por la administración municipal 2024-2027, con el compromiso de salvaguardar a la población de Tlalnepantla de Baz.

<b>Presidente Municipal Constitucional</b>	C. Raciél Pérez Cruz
Encargado del Despacho de la Dirección Municipal de Protección Civil y Gestión Integral de Riesgos.	C. Benjamín García Pérez
Coordinador de Análisis de Riesgos y Monitoreo	C. Eduardo Uriarte García
Coordinador de Capacitación, Vinculación y Difusión	C. Álvaro Manzanilla Hernández
Equipo Técnico Elaborador	C. Jonathan Javier González Pereida C. Laura Vanessa Valadez González C. Pablo A. Lemus Calva C. Tonalí Bravo Gutiérrez C. Galilea Sarahí Hernández Martínez C. Marisela González Medrano
Diseño y Edición	C. Eduardo Uriarte García C. Galilea Sarahí Hernández Martínez

**Tlalnepantla de Baz Estado de México, Diciembre 2025.**

